

PATVIRTINTA
Mažeikių Merkelio Račkausko gimnazijos
direktorius 2021 m. gruodžio 31 d.
įsakymu Nr. V-225

MAŽEIKIŲ MERKELIO RAČKAUSKO GIMNAZIJOS MOKINIŲ MAITINIMO ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Mokinių maitinimo organizavimo tvarkos aprašas (toliau – Tvarkos aprašas) nustato mokinių maitinimo, vykdomo Mažeikių Merkelio Račkausko gimnazijoje (toliau – Gimnazijoje) reikalavimus.

Tvarkos aprašas parengtas vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. balandžio 10 d. įsakymu Nr. V-394 „Dėl Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“, Mažeikių rajono savivaldybės tarybos 2006 m. gruodžio 21 d. sprendimu Nr. T1-336 „Dėl nemokamo maitinimo organizavimo bendrojo lavinimo mokyklose“.

2. Mokinių maitinimas Gimnazijoje organizuojamas įstaigoje nustatyta tvarka, vadovaujantis teisės aktais, reglamentuojančiais maitinimo organizavimą, maisto gaminimą, patalpų ir įrangos priežiūrą, higienos normas, sveikatos bei saugos reikalavimus.

3. Tvarkos aprašo tikslas – užtikrinti sveikatai palankią mokinių mitybą, maisto saugą ir geriausią kokybę, kad būtų patenkinti mokinių maisto medžiagų fiziologiniai poreikiai, ugdomi sveikos mitybos įgūdžiai.

4. Tvarkos aprašo reikalavimai privalomi gimnazijos direktoriui bei pagal kompetenciją kontrolę vykdančioms institucijoms.

5. Tvarkos apraše vartojamos sąvokos ir jų apibrėžtys:

5.1. **Cukrūs** – monosacharidai ir disacharidai, esantys maisto produkte.

5.2. **Greitai gendantis maisto produktas** – šviežias, atvėsintas arba sušaldytas maisto produktas, kuriam laikyti ir vežti reikalinga tam tikra temperatūra, kurioje jis išlieka saugus vartoti.

5.3. **Iš dalies hidrinti** (iš dalies sukietinti, iš dalies hidrogenizuoti) **augaliniai riebalai** – skysti augaliniai aliejai, hidrinimo proceso metu paversti pusiau kietais.

5.4. **Maisto davinys** – lengvai paruošiami arba paruošti vartoti maisto produktai ar patiekalai, kurie išduodami tam tikram laikotarpiui pagal sveikatos apsaugos ministro nustatytas vidutines rekomenduojamas paros normas ir yra supakuoti, kad būtų galima saugiai nešti, vežti ar kitaip transportuoti.

5.5. **Patiekalas** – paprastai vienoje lėkštėje patiekiamas vartoti šaltas ar šiltas maistas.

5.6. **Pridėtiniai cukrūs** - gėrimo ar patiekalo gamybos metu įdėta sacharozė, fruktozė, gliukozė, gliukozės sirupas, fruktozės sirupas, gliukozės-fruktozės sirupas ir kitų formų monosacharidai ir disacharidai, taip pat cukrūs, esantys įdėtame meduje, sirupuose, vaisių sultyse ir vaisių sulčių koncentratuose.

5.7. **Pritaikytas maitinimas** – maitinimas, kuris užtikrina tam tikro sveikatos sutrikimo (alergija tam tikriems maisto produktams, virškinimo sistemos ligos ar remisinės jų būklės ir kt.) nulemtų, asmens individualių maisto medžiagų ir energijos poreikių patenkinimą, parenkant toleruojamus maisto produktus, jų gamybos būdą, konsistenciją ir valgymo režimą, ir yra raštiškai rekomenduojamas gydytojo.

5.8. **Šiltas maistas** – maistas, patiekiamas kaip karštas patiekalas, iki patiekimo vartoti laikomas ne žemesnėje kaip +63 °C temperatūroje.

5.9. **Tausojantis patiekalas** – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekcijos režimu, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių

patiekalai.

5.10. **Šaltas užkandis** – maisto produktas ar šaltas patiekalas, neįtrauktas į valgiaraštį.

5.11. **Valgiaraštis** – numatomų patiekti vartoti dienos maisto produktų ir patiekalų sąrašas.

6. Kitos Tvarkos apraše vartojamos sąvokos atitinka kituose teisės aktuose vartojamas sąvokas.

II SKYRIUS

MOKINIŲ MAITINIMO ORGANIZAVIMO BENDRIEJI RAIKALAVIMAI

7. Gimnazijos direktorius (toliau - Direktorius) atsako už vaikų maitinimo organizavimą ir Tvarkos aprašo nuostatų įgyvendinimą. Už jo vykdymą – direktoriaus paskirti asmenys. Gimnazijos direktorius vadovaudamasis Lietuvos Respublikos socialinės paramos įstatymu, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. balandžio 10 d. įsakymu Nr. V-394 patvirtintu Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašu, Mažeikių rajono savivaldybės tarybos 2006 m. gruodžio 21 d. sprendimu Nr. T1-336 „Dėl nemokamo maitinimo organizavimo bendrojo lavinimo mokyklose“ bei šiuo Tvarkos aprašu nustato maitinimo laiką ir tvarką Gimnazijoje, prižiūri, kad jos būtų laikomasi.

8. Mokinių maitinimas organizuojamas gimnazijos valgykloje, sudarant sąlygas kiekvienam mokiniui pavalgyti prie stalo, laikantis nustatytų maisto saugos ir maisto tvarkymo bei patalpų higienos reikalavimų. Esant karantinui, ekstremaliai situacijai ar ekstremaliai įvykiui, mokinių srautų valdymas ir mokinių maitinimo organizavimas gimnazijos valgykloje vykdomas pagal Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos rekomendacijas.

9. Maitinimas gimnazijoje organizuojamas kiekvieną dieną, atsižvelgiant į gimnazijos specifiką, vidaus tvarką, išskyrus poilsio, švenčių dienas bei mokinių atostogų dienas. Atskirais atvejais gali būti organizuojamas maitinimas poilsio, švenčių ir mokinių atostogų dienomis gimnazijoje organizuojamų renginių (projektų, olimpiadų, konkursų, konferencijų, stovyklų ir kitų renginių) dalyviams.

9.1. Maitinimai gimnazijoje organizuojamas ne anksčiau kaip 1,5 val. ir ne vėliau kaip praėjus 4 val. nuo pamokų pradžios.

10. Maitinimai gali būti organizuojami išduodant maisto daivinius, skirtus maitinti ne gimnazijoje, kai mokiniui skirtas mokymas namuose, taip pat mokiniui esant saviizoliacijoje arba sergant COVID 19 liga. Maisto daiviniai gali būti išduodami karantino, ekstremalios situacijos, ekstremalaus įvykio ar įvykio laikotarpiu, jei tuo metu sustabdomas vaikų maitinimo paslaugų teikimas mokyklose, taip pat infekcijų plitimą ribojančio režimo metu;

11. Mokinių maitinimui gimnazijoje draudžiamos naudoti šios maisto produktų grupės: bulvių, kukurūzų ar kitokie traškučiai, kiti riebaluose virti, skrudinti ar spraginti gaminiai; saldainiai; šokoladas ir jo gaminiai; valgomieji ledai; pieno produktai ir konditerijos gaminiai su glajumi, glaistu, šokoladu ar kremu; kramtomoji guma; gazuoti gėrimai; energiniai gėrimai; nealkoholinis alus, sidras ir vynas; gėrimai ir maisto produktai, pagaminti iš (arba kurių sudėtyje yra) kavamedžio pupelių kavos ar jų ekstrakto; cikorijos, gilių ar grūdų gėrimai (kavos pakaitalai); kisieliai; sultinių, padažų koncentratai; padažai su spirgučiais; šaltai, karštai, mažai rūkyti mėsos gaminiai ir mėsos gaminiai, kurių gamyboje buvo naudojamos rūkymo kvapiosios medžiagos (jie leidžiami organizuojamų vasaros stovyklų metu ar sudarant maisto daivinius į namus); rūkyta žuvis; konservuoti mėsos ir žuvies gaminiai (jie leidžiami organizuojamų vasaros stovyklų metu ar sudarant maisto daivinius į namus); strimelės, pagautos Baltijos jūroje; nepramoninės gamybos konservuoti gaminiai; mechaniškai atskirta mėsa, žuvis ir maisto produktai, į kurių sudėtį įeina mechaniškai atskirta mėsa ar žuvis; subproduktai ir jų gaminiai (išskyrus liežuvius ir kepenis); džiūvėsėliuose volioti ar džiūvėsėliais pabarstyti kepti mėsos, paukštienos ir žuvies gaminiai; maisto papildai; maisto produktai, pagaminti iš genetiškai modifikuotų organizmų (toliau – GMO), arba maisto produktai, į kurių sudėtį įeina GMO; maisto produktai, į kurių sudėtį įeina iš dalies hidrinti augaliniai riebalai.

12. Mokiniams maitinti rekomenduojami šie maisto produktai: daržovės, vaisiai, uogos ir

jų patiekalai; grūdiniai (viso grūdo gaminiai, kruopų produktai, duonos gaminiai); ankštinės daržovės; pienas ir pieno produktai (rauginti pieno gaminiai, po rauginimo termiškai neapdoroti); kiaušiniai; liesa mėsa (neužšaldyta); žuvis ir jos produktai (neužšaldyti); aliejai; turi būti mažiau vartojama gyvūninės kilmės riebalų: kur įmanoma riebi mėsa ir mėsos gaminiai turi būti keičiami liesa mėsa, paukštiena, žuvimi ar ankštinėmis daržovėmis; geriamasis vanduo ir natūralus mineralinis bei šaltinio vanduo. Maisto davinius sudaryti rekomenduojami maisto produktai: daržovės; vaisiai; grūdiniai (viso grūdo gaminiai, kruopos, kruopų produktai, duonos gaminiai ir kt.); ankštinės daržovės; pienas ir pieno produktai (rauginti pieno gaminiai, po rauginimo termiškai neapdoroti); kiaušiniai; riešutai; liesa mėsa; žuvis ir jos produktai; aliejai; sultys; sriubos; geriamasis vanduo ir natūralus mineralinis bei šaltinio vanduo (tik išvykoms). Draudžiama maisto davinius išvykoms sudaryti iš greitai gendančių maisto produktų. Sudarant maisto davinius ilgesniam laikui (pvz., karantino metu) rekomenduojama keisti maisto davinių sudėtį, atsižvelgiant į maisto davinius gaunančių vaikų poreikius.

13. Patiekalų gaminimo ir patiekimo reikalavimai:

13.1. patiekiamas šiltas maistas turi būti gaminamas ir patiekiamas tą pačią kalendorinę dieną;

13.2. patiekiamas maistas turi būti kokybiškas, įvairus ir atitinkantis teisės aktais nustatytus saugos reikalavimus;

13.3. pirmenybė teikiama maistines savybes tausojantiems patiekalų gamybos būdams. Maisto pervirimas, perkepimas, prideginimas draudžiamas;

13.4. gaminant maistą neturi būti naudojami prieskonių mišiniai, kurių sudėtyje yra maisto priedų;

13.5. jei patiekalui gaminti naudojama malta mėsa ar žuvis ir virtuvėje yra sąlygos ją sumalti, ji turi būti malama patiekalo gaminimo dieną;

13.6. kiekvieną dieną turi būti patiekta daržovių ir vaisių, rekomenduojama sezoninių, šviežių. Rekomenduojama, kad vaisiai būtų tiekiami papildomo maitinimo metu;

13.7. kiekvieną dieną turi būti patiektas patiekalas iš augalinės kilmės maisto produktų;

13.8. daržovių (išskyrus bulves) ar vaisių garnyras turi sudaryti ne mažiau kaip 1/3 patiekalo svorio;

13.9. karštas pietų patiekalas turi būti iš daug baltymų turinčių produktų (mėsa, paukštiena, žuvis, kiaušiniai, ankštinės daržovės, pienas ir pieno produktai) ir angliavandenių turinčių produktų. Su karštu patiekalu turi būti patiekiamas daržovių (išskyrus bulvių) ar vaisių garnyras;

13.10. valgymo metu ant stalų neturi būti padėta druskos, cukraus, pipirų, garstyčių;

13.11. pienas ir kiti gėrimai mokiniams neteikiami šalti, rekomenduojama temperatūra ne žemesnė kaip 15° C;

13.12. rekomenduojama, atsižvelgiant į sezoniškumą keisti patiekalus ar jų žaliavas šviežiais (pvz., raugintų kopūstų sriubą į šviežių kopūstų sriubą, burokėlių sriubą į šaltibarščius ir pan.).

14. Draudžiama naudoti susidėvėjusius, ištrupėjusius, įskilusius, apdaužytus kraštais indus bei aliumininius įrankius ir indus.

15. Patiekalai turi būti nurodyti valgiaraštyje. Sudaroma galimybė pasirinkti iš kelių karštųjų pietų patiekalų ir kelių garnyrų. Dienos valgiaraštyje turi būti įtrauktas vienas tausojantis patiekalas.

16. Maitinimas gimnazijoje organizuojamas iš dalies „Švediško stalo“ principu (daržovės).

17. Mokiniai gali valgyti valgykloje ir savo iš namų atsineštą maistą. Už savo atsineštą maistą ir jo kokybę atsako patys mokiniai ir/ar jų atstovai.

18. Gimnazijos valgykloje matomoje vietoje turi būti skelbiama:

18.1. dienos valgiaraštis;

18.2. sveikos mitybos piramidė ar kita sveiką mitybą skatinanti informacija;

19. Tvarkos aprašas, 15 dienų valgiaraščiai ir juridinis asmuo, teikiantis mokinių maitinimo paslaugą, turi būti skelbiamas gimnazijos interneto svetainėje.

20. Jei gimnazijoje maitinami suaugę asmenys (gimnazijos bendruomenė), jiems neturi būti pateikiami Tvarcos aprašo reikalavimų neatitinkantys maisto produktai ar patiekalai mokinių maitinimo metu.

21. Už suteiktą mokamo maitinimo paslaugą mokiniai, kiti gimnazijos nariai atsiskaito patys.

III SKYRIUS MAITINIMO VALGIARAŠČIŲ SUDARYMO REIKALAVIMAI

22. Mokinių maitinimo valgiaraščiai sudaromi atsižvelgiant į rekomenduojamas paros normas bei į mokinių buvimo įstaigoje trukmę. Valgiaraščių energetinė ir maistinė vertė nuo rekomenduojamų paros normų gali nukrypti ne daugiau nei penkis procentus. Valgiaraštyje nurodyti ir faktiškai patiekiami maisto produktai ar patiekalai gali skirtis, jei atliekami nereikšmingi vienkartiniai keitimai: vienas maisto produktas ar patiekalas pakeičiamas tos pačios maisto produktų grupės kitu maisto produktu ar patiekalu, kai maistinė vertė nepablogėja, o energetinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų. Jei valgiaraštyje tie patys nereikšmingi vienkartiniai keitimai kartojasi, valgiaraštis keičiamas ir patvirtinamas iš naujo.

23. Gimnazijoje valgiaraščiai sudaromi ne mažiau kaip 15 darbo dienų laikotarpiui.

24. Gimnazijoje valgiaraščiuose nurodomi patiekiami patiekalai, patiekalų kiekiai (g). Valgiaraščiuose nurodytų patiekalų receptūros ir gamybos technologiniuose aprašymuose nurodomi naudojami maisto produktai, jų sudėtis, bruto ir neto kiekiai (g), gamybos būdas (virimas vandenyje ar garuose, kepimas ir pan.) ir trukmė. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiuose nurodytų patiekalų receptūros ir gamybos technologiniuose aprašymuose papildomai nurodoma patiekalų energetinė ir maistinė (baltymai, riebalai, angliavandeniai) vertė.

25. Valgiaraščiai turi būti parengti pagal Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministro 2018 m. balandžio 10 d. įsakymu Nr. V-394 „Dėl vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (aktuali redakcija) 8 priede pateiktą valgiaraščio formos pavyzdį. Visi valgiaraščio lapai turi būti sunumeruoti (išskyrus titulinį) ir patvirtinti Gimnazijos direktoriaus parašu ir spaudu. Valgiaraštis turi būti aiškus (nurodyta tiksli patiekalų ar maisto produktų išėiga, pateikta visa reikalinga informacija be braukymų ar taisymų).

VI SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

26. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas prižiūri, kad mokinių maitinimas būtų organizuojamas pagal gimnazijos direktoriaus patvirtintus valgiaraščius. Mokinių maitinimo organizavimo tvarką prižiūrintis specialistas ne rečiau kaip kartą per dvi savaites pildo valgiaraščio ir mokinių maitinimo atitikties patikrinimo žurnalą, patvirtintą Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu. Nustatęs neatitikimų, mokinių maitinimo organizavimo tvarką prižiūrintis specialistas privalo nedelsdamas raštu apie tai informuoti gimnazijos direktorių ir užtikrinti mokinių maitinimo organizavimo trūkumų pašalinimą.
